

# **“Natureza e Saúde Mental: Um Estudo de Caso em Comunidades Terapêuticas na Região Nordeste de Santa Catarina”**

**Rodolfo Nunes Bittencourt**

## **Defesa:**

Joinville, 25 de fevereiro de 2022

## **Membros da Banca Examinadora:**

Prof. Dr. João Carlos Ferreira de Melo Júnior (Orientador)

Profa. Dra. Solange Abrocesi (IELUSC)

Profa. Dra. Daniela Delwing de Lima (UNIVILLE)

## **Resumo**

A saúde e, mais especificamente, a saúde mental possuem conceitos historicamente influenciados pela política, pela sociedade e por modificações das práticas em saúde, sendo esta última mais do que apenas a ausência de transtornos ou deficiências mentais. O transtorno depressivo maior é o mais representativo, por indicar a condição clássica desse grupo de transtornos. A exposição a áreas verdes reduz o estresse, promove desenvolvimento cognitivo, aumento de atividade física, aumento da interação social e diminui a convivência com os ruídos da cidade. Todos influenciam diretamente na redução de morbidades psiquiátricas, incluindo depressão e ansiedade. Este estudo objetivou identificar a influência da natureza sobre o sintomas de estresse, ansiedade e depressão em comunidades terapêuticas na região nordeste de Santa Catarina. A coleta de dados ocorreu com seus acolhidos no período de junho a julho de 2021. A saúde mental foi avaliada pela Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse-21 (DASS-21). Solicitou-se que expressassem a sua percepção utilizando três palavras que pudessem representar os seus sentimentos com relação a tal benefício, apresentado posteriormente em Nuvens de Palavras (NP). Para relacionar contato atual e prévio, realizou-se o mapeamento das áreas verdes da região. A análise de dados

ocorreu por meio da estratificação das variáveis coletadas, que foram organizadas por frequências absolutas e relativas. Foram entrevistados 86 acolhidos em 3 Comunidades Terapêuticas (CTs), com idade média de 39,9 anos, com atividades laborais ligadas a prestação de serviços. Como doenças prévias, a hipertensão arterial foi a mais predominante, seguida de drogas de adição, álcool e cocaína. A aplicação da DASS-21 evidenciou 53,4% (n=46) com sintomas de estresse, 41,7% (n=36) com sintomas de ansiedade e 34,8% (n=30) com sintomas depressivos. As NPs evidenciaram as palavras "bem-estar, calma e paz" como benefícios do contato com a natureza. A população estudada apresenta índices de estresse, ansiedade e depressão altos, porém considera que o contato mais próximo com a natureza após seu acolhimento na CT teve um impacto positivo em sua recuperação. Áreas verdes devem ser reconhecidas como um elemento adjuvante na melhoria da saúde mental como um todo.

**Palavras-chave:** Comunidade Terapêutica (D013808); Assistência à Saúde Mental (DDCS051553); Áreas Verdes (DDCS051794).